

„Selbsthilfegruppen entstehen,
wenn mehrere Menschen
mit ähnlicher Problemlage
gemeinsam
ihre Situation verbessern
möchten.“



HILFE ZUR SELBSTHILFE

Informationen zur
Selbsthilfekontaktstelle des
Landkreises

**Sie haben Fragen?
Wir beraten Sie gern!**

Selbsthilfekontaktstelle
des Landkreises Waldeck-Frankenberg
Am Kniep 50, 34497 Korbach
Tel.: 05631 - 954 888
E-Mail: shk@lkwafkb.de

Hilf Dir selbst!

In einer Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen, die unter einem ähnlichen Problem, einer Krankheit oder Behinderung leiden. Sie tauschen sich über Erfahrungen aus und versuchen, mit vereinten Kräften ihren Alltag zu meistern und ihr Problem zu bewältigen. Die Selbsthilfekontaktstelle des Landkreises unterstützt die Selbsthilfegruppen im Landkreis bei ihrer Arbeit.

Ziele der Kontaktstelle

Die Selbsthilfekontaktstelle bietet Informationen über Möglichkeiten der Selbsthilfe sowie Beratung und Unterstützung von bestehenden Selbsthilfegruppen - bei organisatorischen Fragen, der Raumsuche oder auch der Öffentlichkeitsarbeit. Weiterhin unterstützt sie bei

- der Vermittlung in bestehende Gruppen
- bei der Gründung von neuen Gruppen
- bei der Kooperation mit Fachleuten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich
- bei der Organisation von Referenten zu verschiedenen Themen

Ziele der Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen können helfen, belastende Lebenssituationen gemeinsam besser zu bewältigen. Sie können darüber hinaus:

- persönliche Kompetenzen freisetzen
- bei der Suche nach Lösungsmöglichkeiten unterstützen
- neue Beziehungen eröffnen und fehlende soziale Kontakte ergänzen

Beratung

Die Sprechzeiten der Selbsthilfekontaktstelle Waldeck-Frankenberg finden statt:

- **montags von 10 bis 12 Uhr**
- **dienstags von 14 bis 16.30 Uhr**
- **donnerstags von 10 bis 12 Uhr**

Sie sind aber auch nach telefonischer Vereinbarung möglich. Die Beratungen finden in den Räumlichkeiten des Fachdienstes Gesundheit des Landkreises Am Kniep 50 in Korbach statt, sind bei Bedarf aber auch bei Betroffenen vor Ort möglich.

Die Beratungen erfolgen auf Wunsch auch anonym. Die Selbsthilfekontaktstelle unterliegt zudem der Schweigepflicht.